



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

CEE LA ENCARNACIÓN - TORRENT

Junio 2024
Hipocalórico

Tamar

RESTAURACIÓN & CATERING

3 Lechuga, tomate, remolacha y olivas Espaguetis con verduras Merluza a la gallega con ajitos Postre Fruta Pan	4 Lechuga, tomate, espárragos y maíz Lentejas con verduras ECO Tortilla francesa Postre Fruta Pan	5 Lechuga, tomate, zanahoria y pepino Sopa de marisco con fideos Pollo al chilindrón Postre Fruta Pan integral	6 Tosta de tomate con orégano Ensalada con garbanzos y pepino ECO Arroz a banda Postre Fruta ECO Pan	7 Lechuga, tomate, maíz y zanahoria Guisado de verduras con guisantes Nuggets de brócoli al horno Postre Lácteo 0% Pan
10 Lechuga, tomate, zanahoria y pepino Crema de legumbres y hortalizas ECO Lomo adobado con verduras Postre Fruta Pan	11 Lechuga, tomate, remolacha y olivas Macarrones con verduras Filete de abadejo a la bizcaína Postre Fruta Pan	12 Lechuga, tomate, maíz y zanahoria Sopa de cocido con garbanzos Pollo al horno Postre Lácteo 0% Pan integral	13 Tosta de humus Ensalada valenciana completa Arroz al horno de verduras Postre Fruta Pan	14 Lechuga, tomate, maíz y zanahoria Potaje de garbanzos con hortalizas Tortilla de espinacas Postre Fruta Pan
17 Lechuga, tomate, olivas y remolacha Patatas con verduras Bacalao a la vizcaína con cebolla Postre Fruta Pan	18 Lechuga, tomate, maíz y pepino Olleta de alubias con hortalizas ECO Panini con tomate y orégano Postre Fruta Pan	19 Lechuga, tomate, espárragos y maíz Ensalada de espirales con atún Croquetas de bacalao al horno Postre Fruta Pan integral	20 Lechuga, tomate, maíz y zanahoria Paella valenciana Jamón york y queso fresco Postre Fruta Pan	21 MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO Crema vichyssoise Hamburguesa completa con chips Postre Helado 0% Pan integral

RECOMENDACIONES DE CENA

Pasta / Arroz o Legumbres

Hortalizas

Pescado Blanco o Azul/Huevo

Aves o Carne Roja/Huevo

Aves o Carne Roja/ Pescado Blanco o Azul

Lácteo

Fruta

☎ 902 103 478 Atención al cliente

🌐 www.tamar.es

COMIDA CENA